

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ
БПОУ ВО «ВЕЛИКОУСТЮГСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ:



Директор колледжа

С.А. Копылов

Приказ № 94 от «11» ноября 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.03. ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ, ГИГИЕНА**

*по специальности 44.02.03 ПЕДАГОГИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
программы подготовки специалистов среднего звена
углубленной подготовки*


Великий Устюг

2021

СОГЛАСОВАНО

на заседании ПЦК естественнонаучных дисциплин

Протокол 3 от «08» 11 2021 г.

Председатель ПЦК  Е.С. Михно

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 13.08.2014 №998)

Организация-разработчик: БПОУ ВО «Великоустюгский гуманитарно - педагогический колледж».

Разработчик:

Михно Е.С., преподаватель методики естествознания, высшая квалификационная категория

Рассмотрена на ПЦК естественнонаучных дисциплин и рекомендована к внутреннему использованию.

Протокол № 3 от « 08 » ноября 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена *44.02.03 Педагогика дополнительного образования (углубленной подготовки)*.

Рабочая программа учебной дисциплины *Возрастная анатомия, физиология и гигиена* может быть использована для проведения дополнительного профессионального образования и программ повышения квалификации и переподготовки учителей начальных классов общеобразовательных школ.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина *Возрастная анатомия, физиология, гигиена* включена в профессиональный цикл (П.00) и является частью цикла освоения общепрофессиональных дисциплин (ОП.00).

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- 1) определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- 2) применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
- 3) оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом и юношеском возрасте;
- 4) проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей, подростков и молодежи;
- 5) обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской, лаборатории) при организации обучения;
- 6) учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- 1) основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
- 2) основные закономерности роста и развития организма человека;
- 3) строение и функции систем органов здорового человека;
- 4) физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;

- 5) возрастные анатомо-физиологические особенности детей, подростков и юношей;
- 6) влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;
- 7) основы гигиены детей и подростков;
- 8) гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- 9) основы профилактики инфекционных заболеваний;
- 10) гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям образовательной организации.

В результате освоенных знаний и умений развиваются общие, формируются профессиональные компетенции (ОК и ПК).

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (воспитанников).

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать занятия.

ПК 1.2. Организовывать и проводить занятия.

ПК 1.4. Оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на занятии и освоения дополнительной образовательной программы.

ПК 1.5. Анализировать занятия.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать досуговые мероприятия, в том числе конкурсы, олимпиады, соревнования, выставки.

ПК 2.2. Организовывать и проводить досуговые мероприятия.

ПК 2.4. Анализировать процесс и результаты досуговых мероприятий.

ПК 3.1. Разрабатывать методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом области деятельности, особенностей возраста, группы и отдельных занимающихся.

ПК 3.2. Создавать в кабинете (мастерской, лаборатории) предметно-развивающую среду.

ПК 3.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дополнительного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

Освоение содержания учебной дисциплины Возрастная анатомия, физиология и гигиена обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов:

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР21. Осознающий значимость здорового образа жизни и законопослушного поведения, собственных и общественно-значимых целей.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 117 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 78 часов;

самостоятельной работы обучающегося 39 часов.

Количественный и содержательный объем учебной дисциплины расширен и углублен за счет часов вариативной части на 42 часа, в том числе 28 аудиторных часов и 14 часов внеаудиторной самостоятельной работы.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	117
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
практические занятия	40
из них практическая подготовка	12
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	39
Итоговая аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины *Возрастная анатомия, физиология, гигиена*

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Личностные результаты
1	2	3	4
Тема 1 . Закономерности роста и развития организма человека	Содержание учебного материала	4	ЛР21
	1. Закономерности роста и развития организма человека.		
	Практические занятия	2	
	1. «Возрастная периодизация». Работа с таблицами «Морфологические данные».		
	2. Показатели физического развития. Антропометрические измерения.		
	Самостоятельная работа обучающихся	3	
Написание рефератов по теме: Особенности развития детского организма; учение П.К. Анохина о системогенезе.			
Тема 2. Нервная система	Содержание учебного материала	8	
	1. Значение и функции нервной системы.		
	2. Общий план строения нервной системы.		
	3. Кора больших полушарий головного мозга.		
	Практические занятия	5	
	1. Рефлекс. Рефлекторная дуга.		
	2. Головной мозг, строение и функции.		
	3. Спинай мозг, строение и функции.		
	4. Вегетативная нервная система.		
	Контрольная работа по теме «Нервная система».	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	3	
1. Составление конспекта по теме: «Цитоархитектоника коры головного мозга. Выделение долей и полей».			
Тема 3. Основы учения о высшей	Содержание учебного материала	9	ЛР 9.
	1. Работы И.М. Сеченова и И.П. Павлова.		

нервной деятельности	2.	Торможение и его виды.		
	3.	Динамический стереотип.		
	4.	Типы высшей нервной деятельности.		
	Практические занятия		5	
	1.	Условные и безусловные рефлексы		
	2.	Физиологические основы сна.		
	3.	Гигиеническая организация сна (пр.п).		
	4.	Режим дня дошкольников, школьников и молодежи (пр.п)		
	5.	Гигиена воспитательного процесса (пр.п).		
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
1.	Изучение санитарно-гигиенических норм организации образовательного процесса.			
2.	Составление режима дня с учетом динамики работоспособности.			
Тема 4. Сенсорные системы	Содержание учебного материала		8	
	1.	Общие закономерности функций анализаторов.		
	2.	Зрительная сенсорная система		
	3.	Нарушения зрения.		
	4.	Слуховая сенсорная система.		
	Практические занятия		3	
	1.	Гигиена зрения (пр.п).		
	2.	Гигиена слуха (пр.п).		
	3.	Кожная, вкусовая, двигательная, сенсорные системы.		
	Контрольная работа по теме «Сенсорные системы».		1	
Самостоятельная работа обучающихся		4		
1.	Подбор и оформление упражнений для профилактики нарушений зрения и слуха.			
2.	Составление конспекта занятия по гигиене органов чувств.			
Тема 5. Опорно-двигательный аппарат	Содержание учебного материала		7	ЛР 21
	1.	Особенности строения скелета человека		
	2.	Возрастные особенности скелета человека		

	3.	Строение и основные группы мышц.		
	Практические занятия		4	
	1.	Значение и строение скелета человека.		
	2.	Осанка и ее нарушения (пр.п).		
	3.	Плоскостопие, его профилактика.		
	Самостоятельная работа обучающихся			3
	1.	Подбор и оформление комплексов упражнений для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.		
	2.	Гигиенические требования к детской мебели.		
Тема 6. Кровь	Содержание учебного материала		5	ЛР 9
	1.	Эритроциты, строение и свойства.		
	3.	Лейкоциты и тромбоциты.		
	4.	Возрастные особенности кроветворения.		
	Практические занятия		2	
	1.	Значение и состав крови.		
	2.	Иммунитет, его виды (пр.п).		
	Самостоятельная работа обучающихся			3
	1.	Реферат «Иммунопрофилактика».		
2.	Первая помощь при кровотечениях.			
Тема 7. Сердечнососудистая система	Содержание учебного материала		5	
	1.	Работа сердца.		
	2.	Возрастные особенности.		
	Практические занятия		3	
	1.	Система кровообращения.		
	2.	Строение и функции сердца.		
	3.	Движение крови по сосудам.		
	Самостоятельная работа обучающихся			2
1.	Подготовить реферат: по теме: электрокардиография, лимфатическая система.			
Тема 8. Дыхание	Содержание учебного материала		7	ЛР 9, ЛР

	1.	Значение и функции органов дыхания.		21
	2.	Регуляция дыхания.		
	3.	Микроклимат помещений.		
	Практические занятия		3	
	1.	Строение органов дыхания.		
	2.	Дыхательные движения.		
	3.	Гигиена дыхания (пр.п)		
	Контрольная работа по теме «Дыхание».		1	
	Самостоятельная работа обучающихся:		3	
1.	Ознакомление с гигиеническими нормами и требованиями к воздушной среде и микроклимату помещений образовательных учреждений.			
Тема 9. Пищеварение	Содержание учебного материала		7	ЛР.21
	1.	Значение и функции органов пищеварения.		
	2.	Гигиена питания.		
	3.	Санитарно-гигиенические требования к продуктам.		
	Практические занятия		4	
	1.	Строение органов пищеварения.		
	2.	Зубы, их строение, гигиена.		
	3.	Рацион питания.		
	4.	Гигиена питания (пр.п)		
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
	1.	Составление конспекта занятия по теме «Уход за зубами».		
	2.	Рефераты по теме: первая помощь при пищевых отравлениях, питание во время походов и экскурсий.		
Тема 10. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала		5	ЛР 9
	1.	Анаболизм и катаболизм.		
	2.	Возрастные особенности обмена веществ и энергии.		
	Практические занятия		3	
	1.	Обмен белков, жиров, углеводов.		

	2.	Витамины(пр.п).		
	3.	Водно-солевой обмен.		
	Самостоятельная работа обучающихся			2
	Составление рефератов по теме: возрастные особенности обмена белков, жиров и углеводов, их роль в формировании детского организма, микроэлементы, их роль в обмене веществ.			
Тема 11. Органы выделения	Содержание учебного материала		4	
	1.	Мочеобразование и мочевыведение.		
	2.	Возрастные особенности мочевыведения.		
	Практические занятия		2	
	1.	Значение и строение органов выделения.		
	Самостоятельная работа обучающихся			2
	1.	Составление рефератов по теме: энурез, его причины, профилактика; профилактика заболеваний органов выделения.		
Тема 12. Эндокринная система	Содержание учебного материала		5	
	1.	Железы внутренней секреции.		
	2.	Физиолого-гигиенические основы полового воспитания.		
	Практические занятия		2	
	1.	Гормоны, их значение, структура.		
	2.	Возрастные особенности.		
	Контрольная работа по теме «Эндокринная система».		1	
	Самостоятельная работа обучающихся			2
	Составление реферата по теме: гормоны и щитовидной железы, их влияние на жизнедеятельность в организме; сахарный диабет; половое созревание, его основные стадии.			
Тема 13. Кожа. Закаливание организма человека	Содержание учебного материала		4	ЛР9
	1.	Строение и значение кожи.		
	2.	Возрастные особенности кожи.		
	Практические занятия		2	

	1.	Гигиена кожи и одежды (пр.п).	
	2.	Методы и средства закаливания (пр.п).	
	Самостоятельная работа обучающихся		4
	Составление реферата по теме: кожные заболевания, причины и профилактика, одежда, гигиенические требования; первая помощь при ожогах, обморожениях, тепловых и солнечных ударах.		
Всего:			117

Примечание:

Темы (или вопросы), изучаемые за счет часов вариативной части:

1. Аудиторные занятия 28 часов: Работы И.М. Сеченова и И.П. Павлова. Торможение и его виды. Динамический стереотип. Типы высшей нервной деятельности детей. Общие закономерности функций анализаторов. Зрительная сенсорная система. Нарушения зрения. Слуховая сенсорная система. Осанка и ее нарушения. Плоскостопие, его профилактика. Дыхательные движения. Анаболизм и катаболизм. Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Обмен белков, жиров, углеводов. Витамины. Водно-солевой обмен. Мочеобразование и мочевыведение. Железы внутренней секреции. Физиолого-гигиенические основы полового воспитания. Гормоны, их значение, структура. Возрастные особенности. Гигиена кожи и детской одежды.

2. ВСП 14 часов: Цитоархитектоника коры головного мозга. Выделение долей и полей. Первая помощь при кровотечениях. Возрастные особенности обмена белков, жиров и углеводов, их роль в формировании детского организма. Микроэлементы, их роль в обмене веществ. Энурез, его причины, профилактика; профилактика заболеваний органов выделения. Гормоны и щитовидной железы, их влияние на жизнедеятельность в организме. Сахарный диабет. Половое созревание, его основные стадии. Детская одежда, гигиенические требования. Первая помощь при ожогах, обморожениях, тепловых и солнечных ударах.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Возрастной анатомии, физиологии, и гигиены».

Оборудование учебного кабинета: 30 рабочих мест, оборудование в соответствии с паспортом кабинета.

Технические средства обучения: компьютер, мультимедийный проектор, экран.

Преподавание дисциплины осуществляется в форме лекций, семинаров, комбинированных уроков, практических и лабораторных занятий, а также самостоятельной работы студентов. В ходе изучения курса применяются современные образовательные технологии деятельностного типа.

В образовательном процессе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья используются социально активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создания комфортного психологического климата в студенческой группе.

Подбор и разработка учебных материалов производится с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах, в частности, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения -аудиально (например, с использованием программ - синтезаторов речи) или с помощью тифлоинформационных устройств.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология. В 2 т.Том 1. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для СПО/З.В.Любимова, А.А.Никитина.- М: Издательство Юрайт, 2019. - 447 с.
2. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 373 с.

Дополнительные источники:

- 1.Возрастная анатомия, физиология, гигиена: учебно-методическое пособие / составители И.А. Вакуло [и др.]. — Липецк: Липецкий ГПУ, 2017. — 109 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/111943>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека	Индивидуальный опрос. Проверочные работы с вопросами репродуктивного и проблемного характера. Тестовые задания. Решение ситуационных задач. Сравнительный анализ анатомо-физиологических особенностей детей и подростков. Оценка практических работ. Защита и оценивание рефератов. Контрольная работа.
основные закономерности роста и развития организма человека	
строение и функции систем органов здорового человека	
физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	
возрастные анатомо-физиологические особенности детей, подростков и юношей	
влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	
основы гигиены детей и подростков	
знать гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	
знать основы профилактики инфекционных заболеваний	
знать гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям	

образовательной организации;	
уметь определять топографическое расположение и строение органов и частей тела	Разработка и защита плана-конспекта внеклассных занятий и уроков.
уметь применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	Подбор и оформление комплексов упражнений для профилактики нарушений физического развития. Решение ситуационных задач.
уметь оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском подростковом и юношеском возрасте	Экспертное наблюдение, анализ и оценка среды учебно-воспитательного процесса. Анализ СанПиН, составление рекомендаций. Самонаблюдение, защита результатов.
уметь проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей, подростков и молодежи	Составление режима дня, расписания занятий с учетом возрастных особенностей и динамики работоспособности.
уметь обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской, лаборатории) при организации обучения	
уметь учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса	

Формируемые компетенции	Формы и методы контроля
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (воспитанников). ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать занятия. ПК 1.2. Организовывать и проводить занятия. ПК 1.4. Оценивать процесс и результаты	Экспертное наблюдение и оценка на учебных занятиях, практических занятиях и при проведении экзамена. Текущий контроль в формах Индивидуальный опрос.

<p>деятельности занимающихся на занятии и освоения дополнительной образовательной программы.</p> <p>ПК 1.5. Анализировать занятия.</p> <p>ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать досуговые мероприятия, в том числе конкурсы, олимпиады, соревнования, выставки.</p> <p>ПК 2.2. Организовывать и проводить досуговые мероприятия.</p> <p>ПК 2.4. Анализировать процесс и результаты досуговых мероприятий.</p> <p>ПК 3.1. Разрабатывать методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом области деятельности, особенностей возраста, группы и отдельных занимающихся.</p> <p>ПК 3.2. Создавать в кабинете (мастерской, лаборатории) предметно-развивающую среду.</p> <p>ПК 3.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дополнительного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.</p>	<p>Проверочные работы с вопросами репродуктивного и проблемного характера.</p> <p>Тестовые задания.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Сравнительный анализ анатомо-физиологических особенностей детей и подростков.</p> <p>Оценка практических работ.</p> <p>Защита и оценивание рефератов.</p> <p>Контрольная работа.</p> <p>Промежуточная аттестация в форме экзамена</p>
---	---

Способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития обучающихся является педагогическое наблюдение.